

食事に関するQ & A

Q. 食事の時、砂を噛むような感じがする。そんな時の対処法は？

A. 喉ごしがよい物、口の中に長く留まらない物、水分の多い物を摂るのはいかがでしょうか。

例) バナナジュース (バナナ・牛乳・レモン果汁※しみなければ)
トマトペースト
野菜ポタージュスープ (市販のカップスープ+牛乳)
くず湯
ところてん
豆腐
卵豆腐・具のない茶碗蒸し
シャーベット・かき氷
栄養補助食品を軽く凍らせたもの



参考：
がん専任栄養士が患者さんの
声を聞いてつくった73の食事レシピ

Q. 食欲がわかない時でも、ジャンクフードは食べやすかった。

そんな時は何も食べないより、ジャンクフードでも食べたほうがいいでしょうか？

A. 食べられない時は、食べやすいものを食べていただくことが1番です。

食べられるようになったら、バランスのとれた食事を心がけて食べてください。